

Dikirim : 25 November 2024
Direvisi : 17 Desember 2024
Disetujui : 1 Januari 2025

ICJ
(Initium Community Journal)
Online ISSN : 2798-9143
Jurnal homepage: <https://journal.medinerz.org>

INITIUM COMMUNITY JOURNAL

<https://journal.medinerz.org/index.php/ICJ>

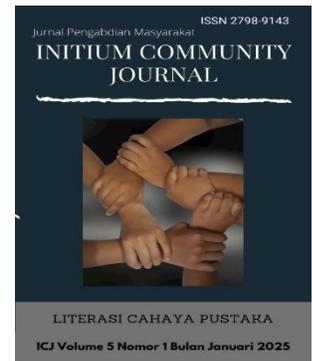
e-ISSN : 2798-9143

Kata kunci : **Preventif, Ca Mamae, Skrining, Pemeriksaan Payudara Sendiri**

Korespondensi Penulis:

Althafia Athaya Drana

althafiathaya@gmail.com



SADARI Sebagai Skrining Kanker Payudara Di Posyandu Kavling Seraya

**Yulianti Wulandari¹⁾, Rachmawaty M. Noer²⁾, Umi Eliawati³⁾, Althafia Athaya Drana⁴⁾, Ayu Sawitri⁵⁾,
Dhea Putri Renanda⁶⁾, Rospina⁷⁾, Susanti Elza⁸⁾,**

^{1,3,4,5,6,7,8)}, Program Studi Ilmu Keperawatan

²⁾Program Studi Profesi Ners

Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Awal

Bros Batam

email : woelan@gmail.com, rachmawatymnoer1977@gmail.com, eliawati_umi@yahoo.co.id,
althafiathaya@gmail.com

ABSTRAK

Kanker payudara menempati urutan pertama terkait jumlah kanker terbanyak di Indonesia serta menjadi salah satu penyumbang kematian pertama akibat kanker. SADARI menjadi salah satu upaya pencegahan dan deteksi dini kanker payudara. Masalah yang seringkali dijumpai di masyarakat, khususnya perempuan, adalah kurangnya pengetahuan, keterampilan, dan kesadaran melakukan deteksi dini kanker payudara dengan cara melakukan SADARI. Oleh karena itu, diperlukan pendidikan kesehatan bagi perempuan mengenai pentingnya SADARI. Tujuan kegiatan penyuluhan ini adalah peningkatan pengetahuan dan keterampilan dalam melakukan pemeriksaan payudara sendiri untuk deteksi dini kanker payudara serta menghasilkan media informasi berisi petunjuk SADARI. Sasaran kegiatan ini adalah ibu-ibu di Posyandu Kavling Seraya. Kegiatan yang dilaksanakan berupa pendidikan tentang pengenalan kanker payudara, SADARI, praktik SADARI, dan pemberian media promosi kesehatan terkait teknik SADARI. Kegiatan dapat dikatakan berhasil karena terjadi peningkatan pengetahuan dari ibu-ibu mengenai gejala kanker payudara dan juga peningkatan keterampilan untuk mempraktekan teknik SADARI secara benar. Media informasi yang digunakan berupa Power Point dan Laptop.

Kata Kunci: **Preventif, Ca Mamae, Skrining, Pemeriksaan Payudara Sendiri**

ABSTRACT

Breast cancer ranks first in terms of the highest number of cancers in Indonesia and is one of the first contributors to cancer deaths. BSE is one of the efforts to prevent and detect breast cancer early. A problem that is often encountered in society, especially women, is a lack of knowledge, skills and awareness of early detection of breast cancer by doing BSE. Therefore, health education is needed for women regarding the importance of BSE. The aim of this outreach activity is to increase knowledge and skills in carrying out breast self-examination for early detection of breast cancer and to produce information media containing BSE instructions. The target of this activity is the mothers at Posyandu Kavling Seraya. The activities carried out include education about the introduction of breast cancer, BSE, BSE practices, and providing health promotion media related to BSE techniques. The activity can be said to be successful because there was an increase in mothers' knowledge regarding the symptoms of breast cancer and also an increase in skills to practice BSE techniques correctly. The information media used are Power Point and Laptop.

Key Words : Preventive, Ca Mamae, Screening, Breast Self-Examination

A. Pendahuluan

Payudara umumnya akan terasa berbeda semasa menstruasi. Sebelum dan selama periode ini, kebanyakan wanita merasa payudaranya semakin mengencang dan padat. Memasuki masa menopause, payudara juga akan mengalami perubahan, yaitu menjadi lebih kendur dan lembut. Perubahan bentuk dan kepadatan payudara pada masa tertentu normal untuk terjadi. Namun, mewaspadai segala bentuk perubahan yang ada penting karena ini bisa menjadi pertanda dari penyakit tertentu, seperti tumor atau kanker payudara (Irawan, 2018).

Kanker payudara adalah jenis kanker terbanyak kedua setelah kanker serviks pada wanita. Sebuah survei dari Organisasi Kesehatan Dunia pada tahun 2018 menunjukkan bahwa kanker payudara diderita oleh 8 hingga 9% wanita di dunia. Kanker payudara adalah penyebab kedua kematian di Indonesia, dari total keseluruhan semua jenis kanker menyumbang sebesar 9,6%. Menurut data Global Cancer Watch dari World Health Organization (WHO) tahun 2018, kasus kanker payudara menempati urutan kedua penyakit kanker tertinggi di Indonesia, dengan 58.256 kasus (16,7%) dari 348.809 kasus kanker. Data Riskesdas tahun 2018 menunjukkan bahwa prevalensi kanker di Indonesia meningkat dari 1,4% menjadi 1,49%. Pada tahun 2018 peningkatan tertinggi terjadi di Provinsi Gorontalo dari 0,2% menjadi 2,44%.

Kanker payudara merupakan “*silent killer*” karena tidak mempunyai gejala awal yang spesifik dan biasanya ditemukan ketika sudah menyebar ke organ tubuh lain pada stadium lanjut. Upaya dalam menurunkan kasus kanker payudara sangat penting untuk dapat dilakukan dan diterapkan. Hal ini dapat dilakukan melalui metode preventif yaitu pencegahan kanker payudara. Kanker payudara dapat dicegah melalui skrining. Skrining kanker payudara merupakan tindakan untuk

mendeteksi kanker sebelum gejala timbul. Tujuan diagnosis dini kanker payudara adalah untuk dapat segera memberikan penatalaksanaan sehingga perkembangan penyakit dapat dihindari.

Skrining kanker payudara dapat dilakukan dengan Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI). SADARI dilakukan untuk mendeteksi keberadaan kanker payudara. Pengendalian kanker melalui intervensi pencegahan dini perlu ditingkatkan secara nasional, karena kanker payudara merupakan penyebab kedua terbanyak terjadinya kematian pada kasus kanker wanita di Indonesia. SADARI dapat menurunkan angka mortalitas akibat kanker payudara hingga 20%, namun aplikasi SADARI yang dilakukan masih sangat rendah (25-30%).

Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 34 Tahun 2015 mengenai upaya penanggulangan kanker payudara dan kanker leher rahim diupayakan melalui program pelayanan kesehatan masyarakat dengan konsep promotif dan preventif sebagai langkah utama yang dilakukan kepada masyarakat Indonesia. Upaya preventif berupa himbauan kepada perempuan Indonesia untuk melakukan SADARI. SADARI dapat dilakukan sendiri dengan berdiri dan melihat diri sendiri di depan cermin. Dilakukan dengan sifat bersiklus agar dapat menemukan benjolan di payudara serta tanda-tanda yang tidak normal pada payudara sedini mungkin dengan tujuan dapat dilakukan tindakan secepatnya. SADARI secara berkala dapat menjadi aktivitas penting untuk mencegah secara dini menemukan kanker payudara sehingga kanker payudara cenderung berhasil diobati.

Tujuan kegiatan Penyuluhan di Posyandu Kavling Seraya adalah:

1. Memberikan pengetahuan dan keterampilan mengenai kanker payudara, manajemen stress, dan praktik cara melakukan pemeriksaan payudara sendiri dan memotivasi untuk menerapkan secara rutin setiap bulan sebagai salah satu upaya untuk deteksi dini kanker payudara.
2. Memahami SADARI sebagai skrining kanker payudara
3. Memberikan ibu-ibu pengetahuan terkait teknik atau gerakan SADARI yang dapat dilakukan dirumah

B. Metode Kegiatan

Sejumlah 10 orang yang mengikuti kegiatan dari penyuluhan Skrining SADARI di Posyandu Kavling Seraya yang dilaksanakan oleh Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Awal Bros Batam pada tanggal Rabu, 05 Februari 2025. Pada waktu sosialisasi, terdapat sesi tanya jawab kepada ibu-ibu di Posyandu, dan kebanyakan ibu-ibu disana masih belum tahu apa itu SADARI dan bagaimana cara melakukannya. Metode Pelaksanaan pada pengabdian kali ini adalah sebagai berikut :

1. Kegiatan penyuluhan dilakukan dengan cara ceramah dan juga mempraktekkan gerakan terkait SADARI



Gambar 1 : Persiapan Materi Melalui Laptop Menggunakan Power Point

2. Mahasiswa mempragakan teknik SADARI kepada ibu-ibu



Gambar 2 : Mempragakan Sekaligus Mencontohkan Teknik SADARI

3. Ibu-ibu sangat antusias dalam mendengarkan materi yang disampaikan oleh Mahasiswa



Gambar 3 : Ibu-Ibu Terlihat Antusias Dalam Mendengarkan Materi Yang Di Sampaikan

C. Hasil dan Pembahasan

Kegiatan penyuluhan yang dilakukan di Posyandu Kavling Seraya telah selesai dilakukan pada Rabu, 05 Februari 2025. Hasil dari penyuluhan yang telah dilakukan dapat kami simpulkan seperti :

1. Deteksi Dini Perubahan Payudara:

SADARI memungkinkan wanita untuk mengenali bentuk, ukuran, dan tekstur payudara mereka yang normal. Dengan demikian, perubahan sekecil apapun seperti benjolan, penebalan, perubahan kulit, atau keluarnya cairan dari puting dapat segera terdeteksi.

2. Peningkatan Kesadaran:

SADARI meningkatkan kesadaran wanita tentang kesehatan payudara mereka. Wanita menjadi lebih peduli dan termotivasi untuk melakukan pemeriksaan rutin, sehingga potensi terlewatnya perubahan dini dapat diminimalkan.

3. Kemudahan dan Biaya:

SADARI adalah metode yang mudah dilakukan, tidak memerlukan peralatan khusus, dan tidak membutuhkan biaya. Wanita dapat melakukannya sendiri di rumah, kapan saja.

4. Keterbatasan SADARI:

- a. SADARI bukanlah pengganti pemeriksaan medis profesional seperti mamografi. SADARI hanya membantu deteksi dini, tetapi diagnosis pasti tetap memerlukan pemeriksaan oleh dokter.
- b. Beberapa wanita mungkin merasa sulit atau tidak nyaman melakukan SADARI dengan benar. Oleh karena itu, penting untuk mempelajari teknik SADARI yang benar dari sumber yang terpercaya.

Langkah-Langkah SADARI

1. Persiapan:
 - a. Pilih waktu yang tepat, misalnya setelah menstruasi atau saat payudara tidak terasa nyeri.
 - b. Berdiri di depan cermin dengan posisi tegak.
2. Pemeriksaan Visual:
 - a. Perhatikan payudara Anda di cermin. Cari perubahan ukuran, bentuk, atau warna kulit.
 - b. Angkat kedua lengan ke atas dan perhatikan apakah ada perubahan pada payudara.
3. Pemeriksaan dengan Perabaan:
 - a. Berbaring dan letakkan satu bantal di bawah bahu sisi yang akan diperiksa.
 - b. Gunakan tiga jari tengah untuk meraba payudara dengan gerakan melingkar, dari luar ke dalam.
 - c. Rasakan apakah ada benjolan, penebalan, atau perubahan tekstur kulit.
 - d. Periksa juga area ketiak dan sekitar puting.
4. Pemeriksaan Puting:
 - a. Perhatikan apakah ada cairan yang keluar dari puting

Hasil prepost setelah dilakukan penyuluhan Edukasi SADARI Posyandu Kavling Seraya di Kelurahan Sambau Kecamatan Nongsa dengan jumlah soal 3 pertanyaan

No.	Nama	Hasil Pre	Hasil Post
1.	Lili Nur.F	0	3
2.	Reny	1	3
3.	Siti Muharomah	0	3
4.	Fitri Sinaga	0	3
5.	Rima	0	3
6.	Lily Sri Wahyuni	1	3
7.	Mei Sandy	0	3
8.	Eka Saputri	0	3
9.	Fitri Yeni	0	3
10.	Patimah	1	3

D. Kesimpulan Dan Saran

Penyuluhan tentang SADARI di Posyandu Kavling Seraya telah berjalan dengan baik dan lancar. Para peserta, yang sebagian besar adalah ibu-ibu, menunjukkan antusiasme dan partisipasi aktif selama sesi penyuluhan. Mereka terlihat tertarik untuk mempelajari lebih lanjut tentang pentingnya SADARI sebagai metode deteksi dini kanker payudara.

Dari hasil penyuluhan, dapat disimpulkan bahwa:

1. **Peningkatan Pengetahuan:** Peserta penyuluhan menunjukkan peningkatan pengetahuan tentang SADARI, termasuk cara melakukan pemeriksaan yang benar dan waktu yang tepat untuk melakukannya.
2. **Peningkatan Kesadaran:** Penyuluhan berhasil meningkatkan kesadaran peserta tentang pentingnya deteksi dini kanker payudara melalui SADARI.
3. **Perubahan Sikap:** Setelah penyuluhan, peserta menunjukkan sikap yang lebih positif terhadap SADARI dan berencana untuk melakukan pemeriksaan rutin secara mandiri.

Kemudian status sosial ekonomi sebagai strategi kontrol dalam pencegahan stunting juga perlu ditingkatkan. Pada dasarnya stunting disebabkan pada kekurangan gizi kronis dan infeksi berulang yang terjadi selama masa periode 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) yaitu dari janin hingga anak berusia 24 bulan. Oleh karena itu pendidikan dan pengetahuan ibu terkait pemenuhan asupan nutrisi pada anak sangatlah penting, demikian pula dengan status ekonomi yang baik dapat memenuhi kebutuhan gizi anak dengan baik.

Saran

1. **Penyuluhan Berkelanjutan:** Mengingat pentingnya SADARI dalam deteksi dini kanker payudara, disarankan untuk mengadakan penyuluhan secara berkala di Posyandu Kavling Seraya. Hal ini bertujuan untuk terus mengingatkan dan memotivasi masyarakat tentang pentingnya SADARI.
2. **Metode Penyuluhan Variatif:** Untuk menjaga minat dan antusiasme peserta, disarankan untuk menggunakan metode penyuluhan yang lebih variatif, seperti demonstrasi langsung, diskusi kelompok, atau penggunaan media visual yang menarik.
3. **Kerjasama dengan Pihak Terkait:** Untuk meningkatkan efektivitas penyuluhan, disarankan untuk menjalin kerjasama dengan pihak-pihak terkait, seperti tenaga medis dari puskesmas atau organisasi kesehatan yang fokus pada penanggulangan kanker payudara.

4. Evaluasi Berkala: Melakukan evaluasi secara berkala terhadap efektivitas penyuluhan SADARI. Evaluasi ini dapat berupa survei atau wawancara untuk mengetahui sejauh mana pemahaman dan perubahan perilaku peserta setelah mengikuti penyuluhan.
5. Peningkatan Fasilitas: Jika memungkinkan, fasilitas dan peralatan pendukung penyuluhan dapat ditingkatkan, seperti manekin payudara untuk demonstrasi atau materi edukasi yang lebih lengkap.

E. Daftar Pustaka

- Adyani, K., Realita, F., & Maulidina, A. A. (2022). SADARI Sebagai Skrining Kanker Payudara: Literature Review. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 5(10), 1219-1227.
- Astuti, H., Sari, M. R., Madinah, M., & Murni, D. (2024). Pendidikan Kesehatan Tentang Kanker Serviks dan Payudara Serta Pemeriksaan Iva Dan Sadari Pada Wanita Usia Subur. *J. Abdimas: Community Health*, 5(1), 15-20.
- Khana, R., Rizky, U. F., Khoirunnisa, K., Wijonarko, P., Nainggolan, N., Rabima, R., & Astiani, R. (2022). Pelatihan dan Edukasi Penggunaan Aplikasi Breast Self Examination Sytem untuk Deteksi Dini terhadap Terjadinya Kanker Payudara di Puskesmas Tanjung Priok Pengalaman Peserta dalam Melakukan SADARI. *BERDIKARI*, 5(1).
- Tambunan, Y. J. S., & Boyoh, D. Y. (2023). TINGKAT PENGETAHUAN REMAJA TENTANG SADARI SEBAGAI DETEKSI DINI KANKER PAYUDARA. *Jurnal Cahaya Mandalika ISSN 2721-4796 (online)*, 4(3), 918-925.
- Toy, S. M., Riwu, Y. R., & Ndoen, E. M. (2023). PENGUATAN PERILAKU SADARI UNTUK DETEKSI DINI KANKER PAYUDARA. *Abdimas Galuh*, 5(2), 1708-1716.
- Wahyurini, S. D. (2024). The INFLUENCE OF COUNSELING ON FIBROADENOMA MAMMAE (FAM) ON THE SKILLS OF EARLY DETECTION THROUGH SADARI ACTION IN 4TH SEMESTER STUDENTS OF THE OBSTETRICS STUDY PROGRAM D-III STUDENT HIGH SCHOOL OF HEALTH SCIENCE BHAKTI MULIA PARE KEDIRI. *Jurnal Delima Harapan*, 11(2), 66-72.